

ENTREVISTA

Luis Miguel Benito de Benito • Médico, experto en aparato digestivo

«El paciente quiere un profesional más humano y comunicador»

A. M. / SEGOVIA

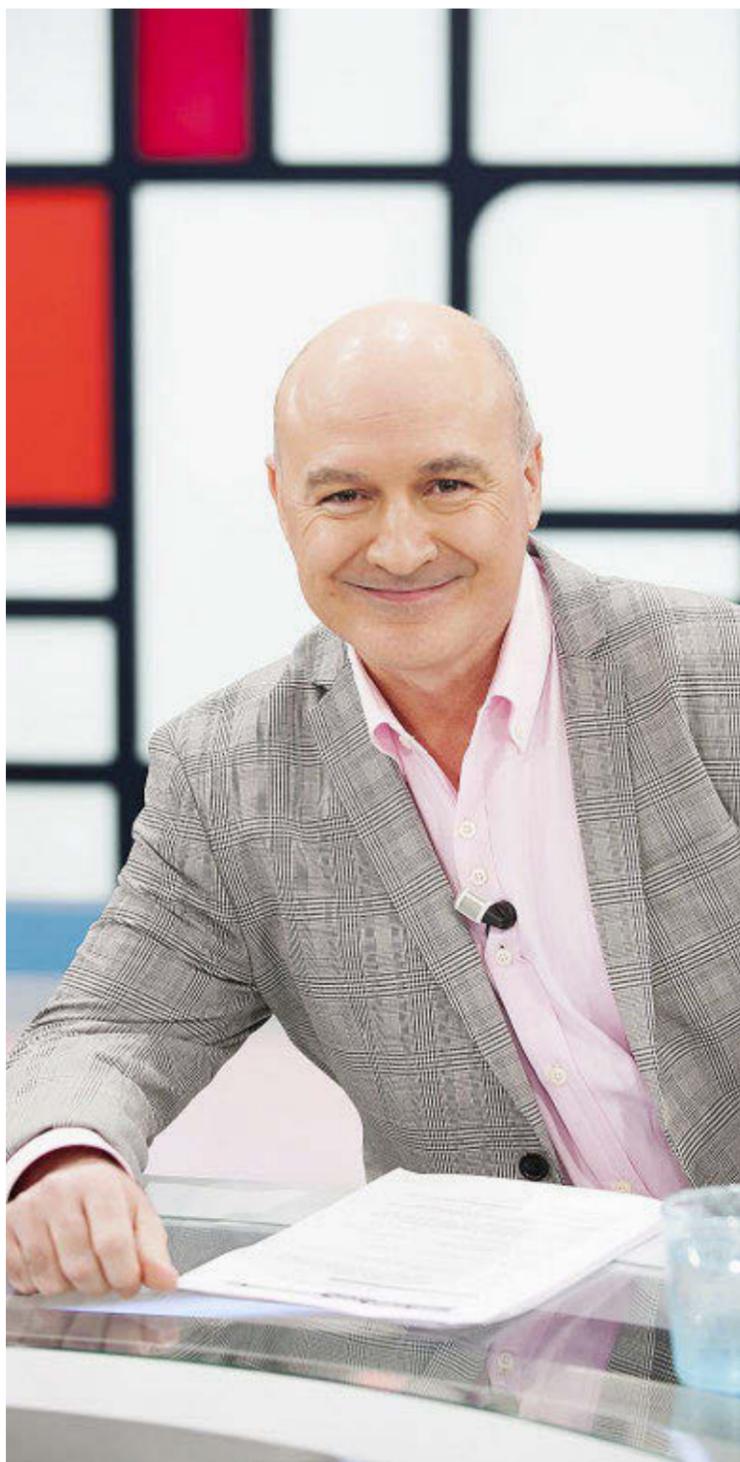
El médico segoviano Luis Miguel Benito de Benito, experto en aparato digestivo, que participa en el programa *Saber vivir*, de TVE, ha sido uno de los 24 profesionales sanitarios mejor valorados de España según los *Doctoralia Awards 2016*. Se trata de unos galardones convocados por la plataforma líder en conectar pacientes y médicos españoles y de América Latina. Los organizadores destacan que se trata de los únicos premios en que pacientes y compañeros de profesión votan para reconocer la labor de los profesionales sanitarios.

Acaba de recibir un premio que se basa en la información de los pacientes ¿qué características debe ofrecer un profesional de la medicina?

Desde el punto de vista médico, la preparación de los estudiantes y futuros médicos va a ser cada vez más sofisticada y técnica, y de hecho en los próximos diez años se va a enfocar el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades desde una perspectiva completamente diferente a como lo hacemos hoy en día. El paradigma médico –incluso docente universitario– ha cambiado hacia una vertiente más molecular y también mercantilista. Me temo que eso no es lo que espera encontrar el paciente que acude a un médico, quiere un profesional más humano y comunicador porque lo de técnicamente preparado lo da por supuesto. El médico ha de ser integral en su comportamiento ético volcado hacia el paciente e integrador en su sentido de capacidad de compendiar conocimientos de muchas áreas diferentes.

Los premios suelen ser bienvenidos ¿cómo le ha caído éste?

Sic transit gloria mundi. A nadie le amarga un dulce y la vanidad está presente en todo ser hu-



Luis Miguel Benito interviene en 'Saber vivir' de TVE. / EL DÍA

mano. Aunque agradezco la deferencia de los colegas que me votaron estoy plenamente convencido de que existen compañeros con más méritos que yo. No es falsa humildad, ejerzo medicina en un medio más mediático y quizás por ello se me 'conoce' más, pero la tarea más encomiable es la que se hace día a día a pie de cama del paciente.

¿Hasta qué punto pueden mejorar el trato con el paciente tecnologías digitales, incluso la televisión a la que también dedica programas?

La tecnología está aquí y va a quedarse y a proliferar. Uno puede encontrar muy romántico escribir cartas de amor pero se mandan muchos más *whatsapps*, la comunicación está sufriendo una transformación vertiginosa y la divulgación médica y su ejercicio no puede estar ajeno a ello. Dedico alrededor del 30% de mi tarea de médico a la 'asistencia telemática', con contestación en foros, consultas, blogs, plataformas digitales, webs médicas especializadas. A veces participo en videoconferencias para debatir tratamientos con pacientes y colegas chinos. Hace años que vengo colaborando con la radio y la televisión en programas de promoción de salud, desde septiembre estoy como 'médico de la tele' a diario y en directo por las mañanas en TVE1 en *Saber Vivir* y tenemos otros proyectos.

¿Los medios de comunicación son buenos cauces para educar en salud a los ciudadanos?

Intentamos que así sea, pero... no siempre se consigue. La información sin más es una herramienta imperfecta que puede dar lugar a equívocos, malentendidos: el exceso de información es ruido. Uno no se hace sabio por pasear entre las estanterías de una biblioteca. En agosto de 2012 comencé con el blog [www.http://elmedicotrastalverdad.blogspot.com.es/](http://elmedicotrastalverdad.blogspot.com.es/) que hoy pasa de 20.000 visitas al mes. Al título le añadí una coda: La gente opina que la mitad de lo que se cuenta es mentira: lo difícil es saber qué mitad es mentira. En *Doctoralia* llevo contestadas más de 7.000 preguntas de pacientes. En esas ayudas que pretendo aclarar que eso no sustituye ni equivale a una consulta.

¿Qué debe saber un ciudadano actual respecto a cómo debe cuidarse?

Es muy importante partir de la base de que somos mortales. Aunque es una verdad de perogrullo, alguno cree que podría dejar de serlo a base de añadir años a la vi-

da cuando lo que se trata es de añadir vida a los años. Cuidarse implica mantener bien la maquinaria para que funcione bien. Hemos de cuidar nuestro cuerpo que no sólo es aspecto, imagen, cuestión estética sobre la que se ceban mil manuales de alimentación sino también nuestra mecánica con el debido ejercicio y con la mente que también necesita ejercitarse, aprender constantemente. Cuando dejamos de aprender comenzamos a envejecer. Cuidarse es prevenir pero sin que ello se convierta en una obsesión. Cuidarse es no agobiarse pensando que nos están envenenando con transgénicos o carnes hormonadas. Es probable que la comida actual no sea tan sana como hace unos decenios, pero lo cierto es que hace apenas un siglo, comiendo más 'sano', la gente no llega a 70 años.

En cuanto a su especialidad, ¿cuáles son las dolencias más características en la actualidad?

Entre la patología de aparato digestivo existen esos problemas que solemos decir que 'le han venido sin buscarlo'. Hay pacientes con enfermedad inflamatoria crónica intestinal, con colelitiasis, diverticulosis o con tumores de páncreas que 'no han hecho nada para merecerlo'. Frente a ellas, sólo queda el abordaje precoz y eficaz. Pero hay muchas otras más frecuentes como son el reflujo gástrico, la acidez, la hinchazón abdominal y los gases, las digestiones pesadas o lentas, las alteraciones del ritmo intestinal –diarrea y estreñimiento–, los problemas con las hemorroides, hepatitis y el hígado graso; y en muchas de estas el comportamiento de los pacientes tiene mucho que ver. Las dolencias actuales están más en relación con los excesos y el abuso de determinados alimentos o bebidas. El régimen de alimentación debe ser variado y hay que evitar el sedentarismo, fuente de sobrepeso.

¿ Los tratamientos han registrado avances?

No sólo el manejo de las úlceras gástricas o duodenales que ya no se operan desde que tratamos el *Helicobacter pylori*, sino todo el arsenal terapéutico frente al virus de la hepatitis C que ha desterrado el temido interferón y lleva la tasa de curación por encima del 95%. Pero esto es apenas una pequeña parte de lo que está por llegar en los próximos diez años. Poco a poco iremos conociendo más acerca de aspectos moleculares de nuestro intestino y la microbiota.



- BODAS
- EVENTOS
- CELEBRACIONES
- REUNIONES



CELEBRA CON NOSOTROS TU COMUNIÓN, BODA O EVENTO.

www.fincaelpinar.es

FINCA EL PINAR
Ctra. Arévalo - Segovia.
Codorniz, Segovia.
Tfno. 606 649 480